

ZUKUNFT ÄLTER

Gönn dir was!

*Achtsamkeit, Lebenslust
und Selbstsorge*

Eine Veranstaltung für Seniorinnen
und Senioren in Aarau

**Samstag
20. April 2024
ab 13.30 Uhr**

Grossratssaal
Obere Vorstadt 10,
Aarau

Eintritt frei

Moderation Carmen Frei
Kontakt 062 836 01 66 | info.alter@aarau.ch
Zwischenspiele Jacqueline Fahrni

13.30	Eintreffen und «Ein Blick» in Altersorganisationen von Aarau
14.00	Begrüssung Mirjam Kosch, Grossratspräsidentin
	Gespräch mit Thomas Jenelten Achtsamkeitslehrer und Autor
	Zwischenspiel mit Jacqueline Fahrni Kommunikatorin
	Kaffee und Kuchen und ein «Zweiter Blick»
	Persönliche Einblicke von Menschen, die sich etwas gönnen
16.15	Schlusswort Angelica Cavegn Leitner, Stadträtin
	Ende der Veranstaltung

Wir sind vernetzt! Die Koordinationsgruppe Alter Aarau ist ein Netzwerk der Leistungserbringer und Altersorganisationen von Aarau. Lernen Sie unsere Angebote und Aktivitäten am Anlass Zukunft Alter kennen. Wir sind mit dabei: